

## CEREBRAL PALSİY'Lİ ÇOCUĞUN BESLENMESİ

Dr. Sibel GÜNEYSU\*

**Cerebral Palsiy'li çocukların beslenmeyle ilgili birçok sorunları vardır. Sindirim sistemlerindeki bozukluklardan dolayı bu çocukların özellikle dengeli bir diyete tabi tutulmaları gerekir.**

Cerebral Palsiy deyimi tek bir hastalığı değil, beyin ve merkezi sinir sistemindeki zedelenmelerden kaynaklanan motor fonksiyonlardaki bozukluklarla özellik kazanan çok sayıda nöromüsküler yeteneksizlikleri bir arada tanımlar. Cerebral Palsiy'nin bazı semptomları kas zayıflığı veya gevşekliğı, istenmeden yapılan hareketlerde aşırılık, vücut duruşunda dengesizlik ve kasılmadır (1).

Batı ülkelerinde görülme sıklığının 1000 doğumda 1 ile 4 arasında değiştiğı söylenmektedir (2).

Çocuğun soğuk algınlığına ve diğer enfeksiyonlara karşı dirençli olabilmesi ancak doğru sağlık alışkanlıklarının kazandırılması ile sağlanabilir. Direncinin artması için besin değeri yüksek yiyeceklerle beslenmesi, yeterince dinlenmesi, temiz hava alması, güneş ışığından yararlanması, egzersiz yapması ve artık maddeleri vücudundan atması gerekmektedir. Cerebral Palsiy'li çocukların beslenmeyle ilgili birçok sorunları vardır. Bu çocukların yutkunmadaki zorlukları ve boğulmaya eğilimleri çoğunlukla yeteri miktarda sıvı alamamalarına neden olur. Bunun yanı sıra yine yutkunma ve çiğnemedeki zorlukları yüzünden bol miktarda selüloz içeren maddelerden yeteri kadar yiyemezler. Çocuğun yapısından kaynaklanan aşırı kas hareketleri normal çocuklara göre vücudunda daha fazla yağ yakılmasına neden olur. Spastiklerde sıklıkla görülen kusma da yeteri derecede besin alamamaya neden olan ayrı bir etkidir. Tüm bu faktörlerin etkisi ile Cerebral Palsiy'li çocuk konstipasyona eğilimlidir (2, 3, 4). Sıvı kaybı olduğunda ya da yeterli sıvı alamadığımız

(\* H. Ü. Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Bölümü Araştırma Görevlisi.

da asidoz meydana gelir. Bu yüzden bu çocukların çoğunlukla dengeli beslendikleri söylenemez. Oysa, sindirim sistemindeki bozukluklardan dolayı bu çocukların özellikle dengeli bir diyetle tabi tutulmaları gerekir (5). Bu diyet çocuğun ek gereksinimlerini karşılamak üzere yeteri derecede protein ve enerji sağlayan besinlerden oluşmalıdır. Günlük diyetle ek mineraller ve vitaminler eklenmelidir (6). Beslenmesi çok güç olduğundan alışılmış üç öğün yerine altı küçük öğün daha yararlı olacaktır.

Cerebral Palsy'li çocukların beslenmelerindeki güçlükler göz önünde bulundurularak diyetlerinde şu düzenlemeler yapılabilir :

1. Süt miktarı arttırılmalıdır, günde bir litre istenen miktardır.
2. Günde bir kere ıspanak vb. yeşil yapraklı sebze yemelidir.
3. Kepekli ekmek tercih edilmelidir.
4. Eğer mümkünse haftada iki kere karaciğer yemelidir. Zarı iyice ayıklanmalı ve pişirilmeden önce çok ince kesilmelidir.
5. Bayat ekmek üzerine fıstık ezmesi sürülebilir.
6. Günde bir yumurta, en azından haftada dört yumurta yemelidir.
7. Diyetine meyva meyva suları özellikle turunçgiller ilave edilmelidir.

Cerebral palsy'li çocuklarda çoğunlukla konstipasyon problemi olduğundan diyetine tolere edebileceği kadar selülozlu besinler eklenmelidir (5). Çocuk bunları olduğu gibi yiyemiyorsa ince bir şekilde kıyılmalıdır. Sütle ya da meyve suyu ile iyice ıslatılmış bayat ekmeği yutması, taze ekmekten kolay olacaktır. Çünkü taze ekmek bir kitle oluşturduğu halde bayat ekmek tamamen öğütülecektir. Eğer sütü yutamıyorsa, tatlı, veya krema şeklinde verilebilir. Süt ya da süttozu çocuğun protein, kalsiyum ve kalori alımını arttırmak üzere birçok yiyeceğe karıştırılabilir (6).

Beslenme uzmanları annelere bu çocukların diyetlerinin planlanmasında, ekonomik ve besin değeri yüksek yiyecek maddelerinin önerilmesinde yardımcı olmalıdırlar. Aynı zamanda hem besin değerinin hem de lezzetin bazı ilavelerle nasıl arttırılabileceği ve Cerebral palsy'li çocukların gereksinimlerini karşılayacak besinlerin

hazırlanması konusunda yol göstermelidirler. Bunun yanısıra Cerebral palsy'li çocuğun diyetinin, onun için ayrı diyet hazırlanması yerine, aile diyetinin bir parçası olmasına yardımcı olabilirler.

### SUMMARY

#### FEEDING OF CEREBRAL PALSIED CHILDREN

**Güneysu, S.**

The child with Cerebral Palsy has many difficulties in feeding. Because of possible digestive disturbances, the Cerebral Palsied child should have a particularly well balanced diet.

#### KAYNAKLAR

- 1 — Güneysu, S. : Cerebral Palsy'li Çocukların Eğitimi ve Bireysel Çalışma Amacı ile Hazırlanmış Programlar. Özürlü Çocuklar ve Eğitimleri. (Edt. Prof. Dr. Şule Bilir), 113 - 130, Ankara, 1986.
- 2 — Hall, D.M.B. : The Child With Handicap. Oxford; Blackwell Scientific Publications, 1984.
- 3 — Finnie, N.R. : Handling the Young Cerebral Palsied Child at Home. William Heinemann, London, 1974.
- 4 — Viola, E., Cardwell, R.N. : The Cerebral Palsied Child and His Home in the Home. Cerebral Palsy Series : Revision of Pamphlet I Association for the Aid of Grippled Children New York, 1947.
- 5 — Baysal, A., Güneçli, U., Bozkurt, N., Keçecioglu, S., Aksoy, M. : Diyet El Kitabı İleri Matbaası, Ankara, 1983.
- 6 — Baysal, A. : Beslenme. H. Ü. Yayınları A/13, Çağ Matbaası, Ankara, 1983.